# TOATĂ ATENȚIA GIMNASTICII LA LOCUL DE MUNCĂ !

**Un mijloc important și eficient de întărire a sănătății oamenilor muncii, de sporire a capacității de efort îl constituie și practicarea gimnasticii la locul de muncă. În acest sens, organelor cu atribuții în mișcarea sportivă, conducerilor unităților economice le revin sarcini importante, reieșite, de altfel, și din dezbaterile prilejuite de recenta ședință a Comitetului Politic Executiv al C.C. al P.C.R. pe a cărei agendă de lucru au figurat și problemele sportului de masă și de performanță. Desigur, am avut prilejul să consemnăm deseori rezultatele bune obținute în acest domeniu, cum, de asemenea, am întîlnit și multe situații necorespunzătoare, care se cer de urgență eliminate.**

**În numărul de azi, ne oprim asupra unor aspecte întîlnite în cîteva județe.**

*La Întreprinderea „Libertatea" din Sibiu, gimnastica la locul de muncă este practicată zilnic de aproape 500 de angajați.*
Foto : V. CIRDEI — Sibiu

## DESTINDERE, CREȘTEREA CAPACITĂȚII DE EFORT, REZULTATE MAI BUNE ÎN PRODUCȚIE

### Din experiența unor întreprinderi din județul Bihor

În ultimii doi ani, în mod deosebit, generalizarea practicării gimnasticii la locul de muncă în unitățile economice din județul Bihor a constituit o preocupare permanentă a organizațiilor sindicale. Învățînd din experiența bună a cîtorva întreprinderi care, în această privință, au făcut muncă de pionierat (întreprinderile de confecții din Oradea și Marghita, Întreprinderea de blănuri „1 Mai" din Oradea și altele), consiliul județean al sindicatelor a grăbit, am putea spune — dar nu înainte de a crea toate condițiile necesare — extinderea gimnasticii prin organizarea mai multor schimburi de experiență. Unul dintre acestea a avut loc, cu puțin timp în urmă, la unitatea de confecții din orașul Dr. Petru Groza (anexă a întreprinderii similare din Oradea). Directorul unității, **Riffold Miklos**, ne spunea : **„Conducînd o unitate economică, noi trebuie să avem în vedere — cu atît mai mult cu cît cele mai multe muncitoare sînt foarte tinere și deci la începutul meseriei — ca angajatele să-și poată îndeplini în cele mai bune condiții sarcinile de plan, dar să aibă și o bună stare de sănătate. Firește, la aceasta contribuie mai mulți factori, iar printre aceștia și gimnastica la locul de muncă".** Într-adevăr, lucrurile așa stau. Cele 3—4 minute de gimnastică, cu exerciții alese datorită colaborării dintre profesorii de educație fizică din oraș, cadrele didactice de la Secția de educație fizică a Institutului pedagogic din Oradea și medici au dus, într-un interval de un an, la îmbunătățirea vizibilă a sănătății practicanților, la creșterea randamentului în muncă, la scăderea considerabilă a numărului de zile de concedii medicale. Muncitoarele **Maria Ghergheli, Viorica Corod, Ana Jurcău** — cu care am discutat — ne-au declarat că se simt mult mai bine, mai puțin obosite, după repriza zilnică de gimnastică. Mai mult, căpătînd obișnuință, ele practică și acasă, seara, înainte de culcare, cîte 5 minute de gimnastică alături de ceilalți membri ai familiei.

După cum ne spunea **Vasile Derșidan**, șeful comisiei sport și turism la Consiliul județean Bihor al sindicatelor, acum se are în vedere extinderea gimnasticii și la alte unități, decît cele ale industriei ușoare.

**Ion GAVRILESCU**

**Dr. Gheorghe Bonyhai** — medic la policlinica sportivă din Oradea : **„Urmărind influența gimnasticii la locul de muncă timp de șase luni, la un eșantion de zece muncitoare am putut stabili cu precizie că s-a produs o corectare a poziției corpului, a crescut capacitatea funcțională a organismului, s-a produs o stabilizare a tensiunii arteriale. Vom continua cercetările pentru a pune toate datele utile la dispoziția organelor care se ocupă de introducerea gimnasticii".**

**Prof. Vasile Laza : „Mă preocupă de vreo 14 ani efectele practicării gimnasticii la locul de muncă asupra creșterii randamentului în producție și îmbunătățirii sănătății celor ce-o practică. Referindu-mă la muncitoarele de la unitatea de confecții din Orașul Dr. Petru Groza se constată la zece persoane luate în studiu o creștere cu 7 procente a productivității. În același timp a scăzut tendința spre obezitate, 5 persoane din zece revenind, după un an de practicare a gimnasticii, combinată cu alte forme de exerciții fizice, la greutatea ideală".**

**Andrei Meer** — psiholog la Întreprinderea de tricotaje „Mioriția" din Oradea : **„Nivelul și momentul instalării oboselii diferă în funcție de natura activității, de natura solicitărilor psiho-fiziologice și musculare. De aceea, printre obiectivele pe care le urmărim, este și ora cea mai potrivită pentru efectuarea reprizei de gimnastică".**

## PREA MULTĂ „TEORIE", PREA PUȚINE ACȚIUNI PRACTICE

Județul Timiș. Inițiative în domeniul impulsionării gimnasticii la locul de muncă au existat de mai mulți ani. Modalități propagandistice? Ședințe de comunicări, simpozioane, mese rotunde, afișe. Participanți, factorii cu responsabilități și atribuții directe. Rezultatul? În cîteva unități de producție, interes, bună organizare. La Fabrica de încălțăminte din Jimbolia (1 500), la Fabrica de ciorapi din Sînnicolaul Mare, la Fabrica de mătase din Lugoj. În municipiul Timișoara la Industria liniei (secțiile de repansat și croitorie), la Întreprinderea de aparate electrice și mașini, la Fabrica de memorii (care deservește producția de calculatoare electronice), într-o serie de ateliere-școală: Liceul nr. 1, Liceul de informatică, Liceul „Lenau", Grupul școlar Electromotor, Liceul U.M.T. În rest? Acțiuni sporadice, stadiu de „bune intenții", în cazul cel mai avansat.

Foarte puțin pentru un județ cu un însemnat număr de întreprinderi în care gimnastica la locul de muncă s-ar putea organiza în excelente condiții, cu o largă participare a angajaților.

Care să fie cauzele? *Prof. Adrian Damșa*, secretar al C.J.E.F.S. Timiș ține să le precizeze: *„Mai întîi, o insuficientă înțelegere a utilității acestei activități pentru sănătate și pentru sporirea capacității de muncă. După aceea, o muncă superficială desfășurată de unii reprezentanți ai factorilor cu atribuții".*

Evident, lipsă de înțelegere a utilității acestei activități atîta timp cît mai există directori de întreprinderi care în loc să găsească soluții pentru a o materializa se lamentează afirmînd că se pierde un timp prețios din producție. De ce să nu facem în așa fel ca să nu se piardă acest timp ? ! ? Nu este mai puțin adevărat, însă, că nici președinții comitetelor sindicale (cu sarcini concrete!), nici cei ai asociațiilor sportive și, din păcate, nici medicii nu pledează suficient de convingător pentru crearea unui curent de opinie în sprijinul reușitei acestei activități sportive.

Așadar, județul Timiș se prezintă serios descoperit la acest capitol. Se impune, de aceea, o trecere mai rapidă la acțiune, de la teoretizări la munca practică. Fiindcă, în fond, aici se află cheia problemei **(t. st.)**

# CUM ESTE GOSPODĂRITĂ BAZA MATERIALĂ ?

### ● Raidul nostru în județul Sălaj

*„Împreună cu ceilalți factori cu atribuții în domeniul activității sportive, ne preocupă foarte serios problemele privind amenajarea, întreținerea și folosirea intensă și eficientă a tuturor bazelor sportive de pe cuprinsul județului nostru, pentru a îndeplini în cît mai bune condiții sarcinile ce ne revin"* — ne spunea *Nicolae Negrea*, prim-vicepreședinte al C.J.E.F.S. Sălaj, afirmație care a constituit, de fapt, punctul de plecare într-un recent raid-anchetă în această zonă a țării.

Trebuie precizat, de la început, că în *județul Sălaj* există aproape 300 de terenuri de fotbal, volei, handbal, baschet, tenis de cîmp, porticuri de gimnastică ș.a., că la Zalău se află în plină construcție o modernă sală cu 1 000 de locuri, că preocupări constante pentru realizarea unei baze materiale corespunzătoare am întîlnit la multe asociații sportive, ceea ce creează premisele necesare unei bune activități.

În ce stadiu se află terenurile de sport ? La această întrebare am găsit un răspuns satisfăcător la *Someș, Odorhei, Liceul Jibou, Liceul Zalău, Liceul real-umanist Șimleul Silvaniei, Liceul Cehu Silvaniei, Școlile generale din Nușfalău, Valcău, Cehu Silvaniei, Românași, Cizer* — unde bazele sportive sînt bine întreținute și amenajate corespunzător. Dar, oare peste tot situația se prezintă în bune condițiuni ? Din păcate, nu. În multe localități terenurile nu sînt întreținute, instalațiile sînt deteriorate, fapt ce scoate în evidență lipsa de preocupare în această direcție a asociațiilor respective, cele din *Crasna, Letca, Mirșid*, constituind doar trei exemple.

În strînsă legătură cu interesul manifestat pentru întreținerea bazelor existente se află și grija pentru amenajarea unor noi spații destinate activității sportive de masă și de performanță. Numai în această perioadă au fost realizate la *Valcău, Cizer, Jibou* (la asociația Rapid), la *Cehu Silvaniei* noi terenuri de handbal, volei, fotbal, tenis de cîmp etc. Acestora li se mai pot adăuga și cele din alte localități, cum ar fi *Bocșa, Sărmășag, Chiejd, Buciumi, Creaca, Sînnicolaul Almașului, Românași, Cuzăplac, Rus* unde s-au făcut terenuri de handbal și volei. Dar, și în această direcție se mai manifestă încă unele neajunsuri. Un exemplu îl constituie satele *Hurez, Susan, Valea Banului* unde nu există nici măcar un minim de baze sportive, strict necesar desfășurării unei activități normale Ar trebui ca aici, organele locale și organizațiile de tineret să demonstreze mai multă inițiativă, pentru ca și în aceste locuri sportul să se bucure de atenția cuvenită. Adăugăm, de asemenea, că în *Cehu Silvaniei* lucrările la noua bază sportivă ce se realizează în locul celei dezafectate trenează, întîrziindu-se darea ei în folosință și că, exceptînd asociațiile *Rapid Jibou* și *Minerul Sărmășag*, celelalte asociații din întreprinderi și instituții nu s-au preocupat îndeajuns de amenajarea unor baze sportive, deși posibilități există în fiecare unitate.

De asemenea, o problemă destul neglijată în acest an a fost și aceea privind procurarea de materiale și echipament sportiv, fapt constatat mai ales cu ocazia desfășurării diferitelor concursuri de masă și a campionatului județean de fotbal, unde participanții s-au prezentat în ținută necorespunzătoare. Excepții, echipele de fotbal juniori din *Sărmășag, Hida* și *Victoria Zalău*.

*„Așa cum s-a putut vedea* — ne-a spus Ioan Domuța, secretar al C.J.E.F.S. — *avem, în ceea ce privește baza materială a sportului, multe realizări notabile, aceasta și ca urmare a sprijinului primit din partea organelor locale de partid și de stat, a unei din ce în ce mai bune colaborări dintre toți factorii. Dar, în unele locuri mai persistă și neajunsuri, care, firește, influențează buna desfășurare a activității generale. Pentru aceasta am luat o serie de măsuri care, o dată aplicate, vor face ca munca noastră să capete un evident spor de calitate".* Într-adevăr, din amplul plan de măsuri am reținut: realizarea în 1977 în toate localitățile rurale a unui minim de baze sportive ; extinderea concursului „Cea mai bună bază sportivă"; stabilirea în școli a ramurilor de sport practicate și, în funcție de specialitatea profesorilor, și de tradiție, amenajarea terenurilor ; procurarea de echipament și materiale sportive etc.

Firește, întreaga activitate sportivă în județul Sălaj urmează o linie ascendentă, dar ea se cere ceva mai mult sprijinită, astfel ca munca pasionaților oameni de aici să dea roade cît mai bogate.

**Emanuel FĂNTĂNEANU**

# ÎNSEMNĂRI...

● **Popas la „Textila" Slatina.** Unitate în care ponderea o au femeile. Gimnastica la locul de muncă a fost introdusă în 3 secții — repansat, năvădit și CTC. Participă : angajatele din schimburile I și II. Instructoarele brevetate de C.J.E.F.S. Olt au fost selecționate dintre foste sportive (Ileana Dumitru, Ioana Triculescu, Grigorița Rădulescu ș.a.). Programele de exerciții, stabilite cu concursul comitetului sindical, se schimbă lunar. În totul, o activitate continuă, care își demonstrează eficiența ; sondajele atestă un spor al producției, paralel cu o mai bună stare a sănătății angajatelor.

● **Tot în Slatina, Întreprinderea „Oltul".** Lucru într-un singur schimb. Activitate febrilă, dar poziție incomodă a muncitoarelor la scaunele „războaielor" de țesut covoare. În aceste condiții, gimnastica apare și mai mult ca o necesitate stringentă. Din păcate, neexistînd spațiu în atelier, exercițiile trebuie făcute afară, în aer liber. Și cînd vremea nu îngăduie...

● **Fabrica de tricotaje Textila din Caracal.** Acțiunea se bucură de o oarecare tradiție creată prin intermediul unor cadre didactice de specialitate, **Gabriela Vancu, Viorica Gherman** și **Maria Telescu.**

Participă, în totalitate, muncitoarele secțiilor de filatură I și II. Interes major față de exerciții, atmosferă animată, instructoare temeinic pregătite. Din cînd în cînd profesoarele sus amintite stabilesc, prin sondaje, eficiența acestei activități.

# ETICA SPORTIVĂ REFUZĂ CONCESIILE !

● Clubul Olimpia București și secția sa de judo au procedat, spre finele campionatului, la o improspătare masivă a lotului de Divizia A, îndepărtînd elementele indisciplinate. Măsura a fost luată într-un moment critic pentru echipa Olimpia, care era amenințată cu retrogradarea. Dar, departe de a se slăbi, în acest fel, potențialul echipei, măsura a avut ca efect salvarea de la retrogradare. Și încă unul, mai important : impunerea respectului pentru muncă, pentru regulile de comportare în teren și afara sa.

● Proferind injurii la adresa arbitrilor, cu prilejul campionatelor naționale, canotorii Pavel Zagoni și Andrei Kapornayi de la clubul Steaua au fost suspendați din competițiile internaționale ale sezonului următor... O măsură și mai severă a fost luată împotriva dinamovistului Ilie Oanță, fost campion european și vicecampion mondial, maestru emerit al sportului (!), care a primit suspendare pe doi ani, ca urmare a numeroaselor încălcări ale normelor disciplinare și de conduită. În acest timp, Oanță (și nu numai el) își va da seama cu siguranță că titlurile nu pot fi folosite drept pavază pentru actele de indisciplină...

● Jucătoarea de volei Maria Enache (Farul), componentă a lotului național a adresat... înjurături arbitrului principal, fapt pentru care a fost eliminată de pe teren la meciul Penicilina Iași — Farul. De asemenea, echipa oaspete a refuzat să se prezinte la salutul final. Comisia de educație și disciplină a F.R.V. a propus sancționarea Mariei Enache și avertizarea secției constănțene pentru slabă muncă educativă. Un gest nesportiv a comis echipa masculină de volei Relonul Săvinești din Divizia B, care — după cum relatează arbitrul întîlnirii Medicina Timișoara — Relonul — a părăsit terenul de joc înainte de sfîrșitul meciului, în mod ostentativ, îndemnată fiind de antrenorul său... La salutul final, echipa din Săvinești a fost reprezentată de un... jucător de rezervă!

● La finala campionatului de concurs complet, călărie, care a avut loc la Rădăuți, unul din caii echipei Steaua s-a accidentat grav, viața sa fiind în pericol. A urmat o noapte albă nu numai pentru medici, dar și pentru antrenori și sportivi care au preferat să dea asistența necesară decît să se ducă la hotel. Și osteneala lor nu a fost în zadar...

● Voleibalistul Marius Tritean de la divizionara B Silvania S. Silvaniei a fost suspendat de către conducerea asociației pe cinci etape pentru abateri de la etica muncii...

● Pentru lipsuri în organizarea jocurilor pe teren propriu și în educarea spectatorilor secția de handbal Mureșul Tg. Mureș a fost sancționată de două ori în primul tur al campionatului feminin al Diviziei A cu avertisment, dar sancțiunile nu au avut un efect pozitiv, situația repetîndu-se. Ca urmare, comisia de disciplină a ridicat echipei Mureșul dreptul de organizare pe trei etape, iar pe jucătoarea Magda Pereș a suspendat-o patru etape pentru indisciplină. Comportarea ei este cu atît mai regretabilă cu cît este o jucătoare tînără, componentă a lotului național de tineret.

## FĂRĂ COMENTARII...

Cele două dialoguri de mai jos le-am purtat la **Mizil**, pe aceeași temă : participarea elevilor din două unități de învățămînt — situate una alături de cealaltă — la trecerea normelor **Complexului „Sport și sănătate".**

● Ne aflăm în sediul **Școlii generale nr. 1**, unde stăm de vorbă cu profesorul de educație fizică **Victor Gidiuță :**

— Cîți elevi au trecut normele Complexului ?

**— Vreo 250. Le-am dat și diplome.**

— Atunci ce este cu teancul acela de diplome ?

— Ne-au trimis prea multe.

● Un alt dialog, cu profesorul de educație fizică **Florin Ivan,** la **Liceul agro-industrial :**

— Cîți elevi de la dumneavoastră și-au trecut normele ?

— Aproximativ 300.

— Le-ați dat diplomele ?

— Nu, fiindcă n-avem ! Nouă nu ni s-au trimis niciodată diplome pentru această acțiune.

Sportul Pag.a 3-a